# धरा के लिए

(हाइकु - संग्रह)

डॉ० निर्मल ऐमा

## लेखन एवं प्रकाशन

'अमिटशब्द' काव्य-संग्रह, अप्रैल (1999)

'योजना' (मासिक)

'शीराज़ा' (मासिक)

'कश्मीर-टाइम्स'

'मसि-कागद'

'चन्द्रभागा-संवाद'

इत्यादि में रचनाओं का प्रकाशन

दूरदर्शन केन्द्र जम्मू तथा रेडियो कश्मीर जम्मू से प्रसारण

सम्मान :-

अखिल भारतीय साहित्यकार अभिनन्दन समिति,

मथुरा-उत्तरप्रदेश द्वारा 'कवयित्री महादवी वर्मा सम्मान' से सम्मानित 'जैमिनी अकादमी' पानीपत के द्वारा 'आचार्य' की उपाधि से सम्मानित

संपर्क

*डॉ० निर्मल ऐमा*

2/122-विकास-नगर,

पो० ऑ० सुभाष-नगर

जम्मू - 180005

दूरभाष : 2535142

# धरा के लिए

*डॉ० निर्मल ऐमा*

क्षीरभवानी प्रकाशन, जम्मू - कश्मीर

# समर्पण

पंकज खिला
सैनिक संज्ञा पाये
तुम्हें नमन

**डॉ० निर्मल ऐमा**

धरा के लिए (हाइकु-संग्रह)



डॉ० निर्मल ऐमा

2/122-विकास-नगर,

पो० ऑ० सुभाष-नगर, जम्मू - 180005

दूरभाष : 2535142





प्रथम संस्करण, फरवरी 2004

कम्पयूटर कम्पोज़िंग : रिंकू कौल (2595136)

मूल्य : रु० 100/-

आवरण पृष्ठ : श्रीमती मनजीत कौर

फोन : (01874-222506)

*प्रकाशक :*

क्षीरभवानी प्रकाशन, जम्मू-कश्मीर

*प्रिंर्टज़ :* प्रिंस प्रिंटिंग प्रैस

जेल रोड, नज़दीक रंधावा पैलेस,

जेल रोड, गुरदासपुर

दूरभाष : 01874-238477, 322855

# वन्दना

माँ शारदे माँ शारदे,
विनती करें कर जोड़ के ।

विद्यावती वाग्गेश्वरी,
मिटा अज्ञान अंह नाशिनी,
तम दूर कर आलोक दे,
विनती करें कर जोड़ के ।

करुणानिधि हो सरस्वती,
परिपूर्णा माँ संतोषी ।
जग को प्रज्ञा से नहला दे,
विनती करें कर जोड़ के ।

हंसारुढ़ वीणाधारिणी,
विवेक जगा दो कल्याणी ।
उज्ज्वल आँचल फैला दे,
विनती करें कर जोड़ के ।

कमलासन हो ब्रह्माणी,
आये शरण हे भवानी ।
कण कण में माँ उजास दे,
विनती करें कर जोड़ के ।

करुणानिधी हो वीणावदिनी,
सुधा छलकाती रागिनी ।
हो शाँत प्यासे प्राण मेरे,
विनती करें कर जोड़ के ।

सप्त सुरों से गरिमामयी,
विश्व पुकारे ममतामयी ।
सत् - चित् आनंद का वर दे,
विनती करें कर जोड़ के ।

माँ शारदे माँ शारदे,
विनती करें कर जोड़ के ।

# शुभ आशीष

'हाइकु' मूलत: काव्यलेखन की एक पद्वति विशेष है जिस का विकास जापान में हुआ । इस प्रकार के काव्यलेखन में निश्वित अक्षरों का बन्धन रीतिकालीन कविता के छन्द बन्धन (मात्राबन्धन) की याद दिलाता है ।

एक संक्षिप्त आकार के भीतर सर्जन की क्षमता के साथ बिम्ब उभारना अपने आप में एक अद्भुत उपलब्धि है। मिनी-कविता का ज़माना है। सूचना प्राद्योगिकी के युग में संक्षिप्त रूपाकार ने समान रूप से गद्य और पद्य दोनों को प्रभावित किया है। पंक्तियों की संख्या के आधार पर हाइकु 'ताँका', 'सेदोका' और 'चोका' कहलाता है। अक्षरों के क्रम की व्यस्था भी भिन्न हो जाती है।

तीन पंक्तियों के हाइकु में अक्षरों का क्रम 5.7.5 का रहता है। 'ताँका' में पाँच पंक्तियाँ होती है और अक्षरों का क्रम 5.7.5.7.7 का रहता है। 'सेदोका' में छ: पंक्तियाँ होती है और अक्षरों का क्रम 5.7.7य 5.7.7 का होता है। 'चोका' लम्बी कविता होती है और इसमें अक्षरों का क्रम 5.7 - 5.7 का रहता है और

अन्तिम दो पंक्तियों का क्रम 7.7 का होता है।

हाइकु के माध्यम से भी कवि जीवन के किसी गहन अनुभव को सांकेतिक भाषा में मूर्त्त रूप प्रदान करता है। कवि विषय का चयन अपने जीवन के व्यवहार क्षेत्र से कर सकता है। ज़िन्दगी की किसी सच्चाई को भी हाइकु के माध्यम से अभिव्यक्त किया जा सकता है। केवल अक्षरों के बन्धन की लक्ष्मणरेखा को पार नहीं करना है।

मेरा व्यक्तिगत विचार है कि एक अत्यंत बुद्धिचतुर, भाषा-पण्डित, लोक-जीवन पारखी अनुभवी कवि ही इस विधा की पाबन्दियों को स्वीकारते हुए सर्जन के क्षेत्र में मौलिक योगदान दे सकता है । 'जापानी हाइकु और आधुनिक हिन्दी कविता पर डॉ० नामवर सिंह के मार्गदर्शन में शोध कार्य भी हो चुका है।

हाइकु को आध्यात्मिक अनुभवों की अभिव्यक्ति का भी साधन हो सकता है और विशुद्ध रूप से सौंदर्य को साकार रूप से प्रस्तुत करने का माध्यम भी हो सकता है। समकालीन जीवन की विसंगतियों पर भी हाइकु लिखे गए है तथा आधुनिक युग बोध की अभिव्यक्ति भी इन के द्वारा हुई है । हाइकु ,देखा जाये

तो एक संक्षिप्त आकार का 'शब्द-चित्र' ही माना जायेगा। पाठक कभी-कभी शब्दों के अर्थ को खोजते खोजते और विशिष्ट प्रसंग के साथ जोड़ते-जोड़ते रोमांचित हो उठता है।

हाइकु लेखन के लिये सर्जन की अदभुत क्षमता अपेक्षित है। जापानी हाइकु में 'बाशोन', 'इस्सा' उल्लेखनीय है। हिन्दी हाइकु कवियों में कमलेश भट्ट 'कमल' डॉ० गोविन्द नारायण मिश्र, राम सागर शुक्ल 'बन्धु' डॉ० रमेश कुमार त्रिपाठी, सुशील द्विवेदी, डॉ० सुधा गुप्ता, गोविन्द नारायण मिश्र, डॉ० नीरज ठाकुर, डॉ० मनोज सोनकर, डॉ० रमाकान्त श्रीवास्तव, डॉ० शैल रस्तोगी, डॉ० जीवन प्रकाश जोशी तथा माननीय डॉ० भगवती शरण अग्रवाल आदि उल्लेखनीय हाइकु लिखने वाले प्रतिभावान कलाकार है।

हिन्दी हाइकु के विकास में समकालीन पत्र-पत्रिकाओं का भी महत्त्वपूर्ण योगदान रहा है। इनमें 'आज की कविताएँ' (बाँका) काव्यगंगा (रानीबाग, दिल्ली) साहित्य परिजात जनकपुरी, (दिल्ली) समकालीन, भारतीय साहित्य (दिल्ली) आजकल (दिल्ली) 'भाषा' (दिल्ली), वीणा (इन्दौर) अभिव्यक्ति (कोटा), प्रतिबिम्ब (रायबरेली) उत्तरायण (रायबरेली) तथा

मधुमती (उदयपुर) उल्लेखनीय है।

डॉ० निर्मल ऐमा का प्रस्तुत हाइकु संकलन इस काव्य विधा के विकास की दिशा में प्रशंसनीय योगदान है। प्रस्तुत संकलन में 531 हाइकु जीवन की समस्त विविधताओं को समेटे पाठक का ध्यान आकर्शित कर रहे हैं । डॉ० निर्मल एक चर्चित बुद्धिजीवी महिला है । आजकल पंजाब में शिक्षण कार्य-रत है। परिवार विस्थापन के कारण पीड़ित है । मन में एक आक्रोश भरा है । धीमी आँच से जीवन के सपने झुलस रहे हैं । यथार्थ अपने विकराल रूप में मुँहबाये खड़ा है। जीवन की बेशुमार उलझने नित उलझती ही जाती है सुलझने और सम्भावना नहीं के बराबर है । ज़िन्दगी का बोझ ढोते-ढोते भीतरी पराजय बोध अधीर कर रहा है। व्यवस्था को छिन्न-भिन्न करने की आकांक्षा है । भौतिक जीवन के छलावे ने भीतर झाँकने की प्रेरणा दी है। विद्रोह की आग सुलग रही है जीवन की सम्भावनाओं को तलाशते हुए वह मानस में उभरे बिम्ब हाइकु के द्वारा तलाश रही है। उसकी मनः स्थिति को समझना आवश्यक है। वह बराबर व्यवस्था से लड़ रही है क्योंकि व्यवस्या के कारण ही उसके साथ अन्याय हुआ है। उसे दृढ़ विश्वास है कि-

पत्थर क्या है
लोहा भी पिगलेगा
आग चाहिए

☆☆☆☆☆☆

वृक्ष की जड़
दीमक चाट गई
नीड़ उजड़े

☆☆☆☆☆☆

शासन करे
सुरक्षा के घेरे में
स्वार्थ आज

☆☆☆☆☆☆

दस्तक दी है
जीवन भर जहाँ
द्वार बन्द था

☆☆☆☆☆☆

काँटों के बीच
गुलाब मुस्कुराया
माली ने तोडा

☆☆☆☆☆☆

नम हो जाए
नीर से भरा कुम्भ
रिसता रहे

★★★★★★

रिसते रिश्ते
भिगोये आँचल को
निचोड़े प्रीत

★★★★★★

और मुझे विश्वास है डॉ० निर्मल ऐमा का प्रस्तुत हाइकु संग्रह सर्जन के क्षेत्र में एक उल्लेखनीय योगदान सिद्ध होगा ।

**प्रोफेसर डॉ० भूषण लाल कौल**
डी. लिट्
भूतपूर्व प्रोफेसर एवं अध्यक्ष
स्नातकोत्तर हिन्दी - विभाग
कश्मीर विश्वविद्यालय
श्रीनगर

दिनाँक :- 12.12.2003

1

पतंग उड़े
जहाँ तक डोर हो
जीवन सार

2

तुम्हारे गीत
गुनगुनाते रहे
सुना न सके

3

बढ़ते पग
दूरी माप सकते
रुके क्या करे!

4

राखी पहने
कलाई मुस्काई
मन पलायित

5

मेरे धागों को
तुमने उलझाया
दे दी नग्नता

6

मुखौटों पर
मजबूर मुस्कानें
मन आहत

7

कैद हुआ है
रेशम का कीड़ा तो
किसकी भूल!

8

पत्थर क्या है
लोहा भी पिघलेगा
आग चाहिए

9

जग की रीत
जानते सब ही हैं
निभाता कोई

10

आश्रित जग
अनिश्चित क्षणों पे
फिर भी होड़!

11

एक ही राग
पिक ने आलापा जो
तो रस भरा

12

सूने घर में
वेदना की गूँज है
तन्हाई बोली

13

झुकना पड़ा
नभ के बादल को
धरा के लिए

14

'मैं' और 'तुम'
खोज रहे साम्राज्य
'हम' कहाँ है?

15

कृत्रिम पुष्प
मुरझाते तो नहीं
भरमाते हैं

16

चार पहर
जीवन सब जाने
फिर भी भूले!

17

ओह वसंत
सज कर तू आया
जग सोया है!

18

ठोकरों से तो
आहत होता मन
पग सशक्त

19

सजाया देश
विदेशी कैक्टस से
काँटे ही काँटे

20

शेर की खाल
शेर से मूल्यवान
कैसा समय!

21

व्यथाएँ साँझी
पीड़ा एक ही होती
अलगाव क्यों ?

22

स्व रक्षा हेतु
नाग फुंकार भरे
और क्या करे!

23

रणक्षेत्र में
आहत मानवता
सहारा माँगे

24

तन को देखा
मन में भी झाँकते
दर्पण बोला

25

भावों का भाग्य
'लॉकर' में बंद है
पुस्तकालय

26

जायेगे कहाँ
वृक्षों को काट कर
छाया के लिए!

27

स्वाद अपना
हर कार्य फल का
चुनाव करें

28

मीन न डूबी
जल में रहके भी
पार हो गई

29

बढ़ रहा है
आतंक का चीर क्यों?
कौन बुनता?

30

कैद नेता के
स्वार्थी हाथों में आज
हाय प्रगति!

31

नए पृष्ठों से
नई पुस्तक बनी
शब्द वही है

32

स्वच्छ हवा में
घुटन भर जाए
शाँति घुटती

33

सिद्धाँत तो है
प्रकृति भी पालती
हम क्यों भूले!

34

संतोष हेतु
रोटी तलाश रही
स्थान आज है

35

मन में उठें
उफनती लहरें
आत्मा किनारा

36

धूल जमी है
पद चिह्नों पे आज
उठो बुहारे!

37

भटकन है
टुकड़ों में छाँव हो
धूप ही भली

38

सत्ता की आग
ठंडा कर सकते
जलाने वाले

39

मात्र सफर
जीवन का सार है
लक्ष्य है कहाँ !

40

सेकते रोटी
सत्ता की आग पर
आज मंत्री हैं

41

वृक्ष की जड़
दीमक चाट गई
नीड उजड़े

42

बिखरें अंश
अर्थहीन हो जाते
टूटे दर्पण

43

रंक की पीर
बेरोज़गारी वश
तड़प रही

44

चाँद को रात
दिन को सूर्य मिला
भाग्य अपना

45

ओस कण भी
मोती सम लगते
भोर जो होगी

46

कुम्हार रचे
नित नए खिलौने
धूप सेकती

47

प्रीत का पता
जानता कोई नहीं
फिर भी ढूँढें!

48

जमी मन पे
धूल की परतें हैं
कैसी हवा है!

49

वाह रे मेघ
गरजा उसी पर
जिससे बना

50

छिपा चाँद है
बादलों की ओट में
प्रतीक्षा करें

51

साँसे दूभर
घुट गया है चैन
ढहें दीवारें

52

बजाना पड़े
टूटे तारों का साज
धुन क्या बने!

53

सागर बना
बूदें एक हुई तो
फिर गरजा!

54

समेटा जब
बिखरी किरचों को
घायल हुए

55

जाड़े की धूप
हर कोई सेकता
जाड़े से तोबा

56

विस्मित ऋतु
कटते वन देख
समेटा छोर

57

शीत हिम भी
सिन्दूरी रंग बने
सूर्योदय हो

58

ग्रहण युक्त
सूर्य से फैल जाता
प्रदूषण है!

59

बुद्धिवाद को
शिक्षा ने पनपाया
आत्मा उदास

60

जले अबाध
प्राण रूपी दीपक
फिर भी तम

61

मार्ग ही लक्ष्य
चलना तो जीवन
जीना है कहाँ!

62

भाषण सुना
हाथ बजते गए
पेट पिचका

63

अन्धे को लाठी
राह दिखा सकती
मज़बूत हो

64

ताश के पत्ते
बिखर जाते जब
तमाशा होता!

65

धूप न आये
खुली खिड़की से भी
यदि पर्दा हो

66

शासन करे
सुरक्षा के घेरे में
स्वार्थ आज

67

हिंसा के हाथ
माला जपते आज
फले व फूले

68

वक्त ने ओढ़ी
तम की चादर है
सोये हैं हम!

69

बिन तेल के
आदर्शों की बाती है
धुआँ फैलाती

70

मधुर फल
विष–वृक्ष रोप के
नेता चखतें

71

ज्योति पर्व में
दीये आहुति देते
रात भोगती

72

रंग बदले
मौसम ने अपने
वृक्ष सहते

73

पार करना
बहुत दुष्कर है
तम घना हो

74

दीये की लौ को
छीन न पाई हवा
बुझा ही गई

75

वर्षा हुई तो
नम हो गई मिट्टी
पत्थर धुले

76

विष का पान
शिव ने भी किया है
संतान हम

77

जीवन राह
कामना यान पर
अतृप्ति राही

78

सिकुड़ गए
रिश्तों के दायरे
बिन धूप के

79

काल प्रबल
जानते सब यहाँ
माने न कोई

80

धैर्य निकाले
नाव को भंवर से
बचाये भाग्य

81

नंगा अड़ा है
टोपी पहनने को
बीच बज़ार

82

सिर उठाये
धरा की छाती पर
पर्वत खड़ा

83

कल्प वृक्ष है
सत्ताधारियों हेतु
बेरोज़गारी

84

मणि बना है
इच्छाधारी नागों का
संसद अब

85

बिक रहा है
स्वार्थ की रक्षा वास्ते
दोस्ती कवच

86

कामधेनु का
पालन करे प्रजा
दोहन नेता

87

जलता जब
बिन तेल दीपक
धुआँ उठता

88

देश विदेश
मन-धर्म भिन्न है
आत्मा तो साँझी

89

लम्बे नाखून
संक्रामक बनते
पाले कीटाणु

90

सब जानते
समय शक्तिमान
भूले फिर भी

91

पलते साँप
कंटीली झाड़ियों में
मार्ग भ्रमित

92

भार झेलते
लम्बे नाखूनों का हैं
कोमल हाथ

93

पूजनीय है
पत्थर की मूर्ति भी
विश्वास से ही

94

धुआँ पीकर
गीली लकड़ी जले
निराश मन

95

धुआँ ही धुआँ
गीली लकड़ी जले
नयन नम

96

उजड़े नीड़
नील नभ निहारे
किसे पुकारें

97

काल प्रबल
संस्कार संबल है
भूल क्यों रहे!

98

दस्तक दी है
जीवन भर जहाँ
द्वार बंद था

99

सदा बहार
चुनाव बना अब
लोकतन्त्र में

100

आहट से ही
भयभीत हो जाता
शंकित मन

101

कस्तूरी सूंघे
वन-वन की धूल
भूल ही भूल

102

कुतर रही
मानवता के पंख
वक्त की कैंची

103

होठों पे हंसी
मन में चीत्कार है
नई सभ्यता

104

जंगल कटे
ठिकाना ढूँढती हैं
ऋतुएँ अब

105

मन की ज्वाला
बन जाये मशाल
होगा कमाल

106

सब बनेंगे
राख के पुतले, तो
मान किस पे!

107

आहत पक्षी
फड़फड़ाये पंख
बाज़ झपटा

108

साँसें सीमित
भाग्य भी निश्चित है
तृष्णा फिर भी?

109

काँटों के बीच
गुलाब मुस्कुराया
माली ने तोड़ा

110

छोड़ के संग
विकल्पों की भीड का
खुद को पाया

111

रक्त का रंग
फीका हो गया कैसे?
नसों में तो था

112

फीका हो गया
रक्त का अब रंग
अस्वस्थ हुए

113

स्वार्थ हेतु है
परमार्थ बेचते
कच्चे व्यापारी

114

कंटीला मार्ग
विषैले जीव पाले
हम राही हैं

115

देश – विदेश
परमाणु होड़ में
बेघर शाँति

116

वेदना – पीड़ा
झाड़ियों में अटकी
कौन छुड़ाये!

117

हमसे आज
पुस्तकों के शब्द हैं
अर्थ माँगते

118

आनंद द्वार
प्रभु भक्त से खुले
मन साँकल

119

बाँसुरी बजी
राधा–गोपियाँ नाची
चुप रुक्मिणी

120

आहत मन
विनती किसे करे
कौन है स्वस्थ!

121

आहें भरके
बेबस की आरज़ू
दम तोड़ती

122

आहार बनी
छोटी मीन बड़ी की
सागर का क्या?

123

तुम्हारी सुनूँ
अपनी व्यथा कहूँ
समय नहीं

124

पटरी पर
पहियों की दौड़ ही
लक्ष्य चूमती

125

कमल कैसे
दलदल में खिला
टैक्स लगाओ

126

अतीत भूला
आज से मुंह फेरा
कल की चिन्ता

127

प्यासी थी मीन
हाय! सागर में भी
रही प्यासी ही !

128

टूटा दर्पण
बिम्ब बने है कई
किसे निहारें

129

वृक्ष की जड़
धरा से सुरक्षित
ताके नभ को

130

घुट रहा है
आत्मा के आरोपों से
बेबस मन

131

प्रगटे सूर्य
मेघों के रहते भी
फिर क्या डर

132

रिसते रिश्ते
भिगोये आँचल को
निचोड़े प्रीत

133

बदले हम
विचार भी बदले
'मैं' न बदला

134

कोमल कंधे
ढोते भारी बस्ते हैं
खिसका ज्ञान

135

ज़ोंक व नाग
बनते रहे रिश्ते
पालते सभी

136

पैसा आज है
दानव बन गया
खा रहा मूल्य

137

इच्छा हो रही
निश्चेष्ट हंसने की
जायें किधर ?

138

वक्त बदला
मीत संग रीत भी
विचार भी क्या!

139

बन्द नयन
द्वार ढूँढते रहे
खाई ठोकर

140

रंक की रोटी
भाग रहा छीनने
कुबेर आज

141

हम तत्पर
कहाँ जाने के लिए
पंख लगा के

142

कैद में आज
'बापू' के बन्दर है
नेता के पास

143

धुएँ मानिंद
फैला आतंकवाद
हवा थी संग

144

किस दिशा में
रूठ के चली गई
उन्मुक्त हंसी

145

जीवन थमा
रचे तुम्हारे गीत
समय नहीं!

146

पैसा व प्रेम
भाग्य से ही मिलता
श्रम फलता

147

मौसम संग
हम भी बदलते
क्या से क्या होते

148

'तुम' और 'मैं'
संग दोनों चले थे
'हम' बिछड़े

149

सफल नर
परीक्षा देती नारी
कैसी प्रणाली

150

ऋतु बदले
रंग अपने सदा
मुझे क्यों भाये?

151

आग फैलती
धुआँ ऊपर उठे
आज की सदी

152

'गुड – नाइट'
मच्छर भी समझे
हम भी बोले

153

जलती नारी
हाथ सेके पुरुष
घर में धुआँ

154

ऊँची पतंग
सब का प्रेम पाये
गिरे न भाये

155

उड़ान कला
युवक सीख रहे
मोम पंखों से

156

इच्छा के पंख
अटके जहाँ पर
अभाव जन्मा

157

आह की कील
मन में गढ़ जाती
शब्द फूटते

158

सत्य सहते
यथार्थ झेलते हैं
झूठ बेचते

159

सदा वसंत
मंत्री के संग रहे
कड़ी सुरक्षा!

160

हिन्दी अपनी

'मेम' प्रीत पराई

न दो दुहाई

161

बरगद भी

आग चटख जाए

बिन नमी के

162

ऋषि-देश में

दैत्य वारिस बने

शंखनाद हो

163

बिन पत्तों के
वृक्ष ठूँठ हो गए
वक्त की चाल

164

स्वयं खड़ी की
दीवारें चहुँ ओर
मचाया शोर

165

जड़ ही जड़
युग मशीनी अब
बाँटे क्या भला !

166

गंगा का कहीं
पाश्चात्य पत्थरों से
टूटे न कूल

167

अंधेरी रात
तम का साम्राज्य
अंधे निश्चिंत

168

मेघ गरजे
मोर नाचने लगे
धरा उदास

169

सत्य की राह
शूलों पर चलना
छाले सहना

170

राख ही राख
चिंगारी बना देगी
सूखे न नमी

171

सूर्य चमके
तारे टिमटिमाते
दान का फल

172

सब खेलते
शतरंज की चाल
जग बिसात

173

सूर्य चमके
पर्वत लाँघ कर
सवेरा हो तो

174

पवन किसी
दिशा अधीन नहीं
रोको तो, आँधी

175

यज्ञ रचाएँ
मानवता के लिए
समिधा ढूँढें

176

पोटली ले के
कुंवारी आशाओं की
मन भटका

177

पीड़ा व दर्द
सब ओर चमके
सजा बाज़ार

178

खोने न देंगे
संस्कार संबल
रक्षक बने

179

तय करना
भीतर का सफर
जीवन–लक्ष्य

180

ईमानदारी
फूलती चाहे नहीं
फलती तो है!

181

कुंठा में आज
जड़ चक्रव्यूह के
अभिमन्यु है

182

धुंधली दृष्टि
नील नभ निहारे
हतप्रभ हूँ

183

चाँद भी तो है
रात में ही खिलता
निराश क्यों हो

184

पुराने राग
साज जो बदले तो
क्षुब्ध समाज?

185

ताकते हो क्यों!
गिरायें ये दीवारें
मिलाओ हाथ!

186

फूट जो जाए
अंकुर बेवक्त भी
फलता नहीं

187

भाषण कैसे
उत्तेजित भीड़ का
कवच बना!

188

जग हंसाई
जीर्णपल्ला बाँधना
गाँठ भी टूटे

189

रोकें राह है
संकल्पों की भीड़ का
नसों का रक्त

190

तुम सें लम्बी
तुम्हारी परछाई
सच क्या मानूँ!

191

लम्बे नाखून
हाथ व पाँव पंगु
जीवन भार

192

हिंसा का स्वाद
नरभक्षी जीव ने
चखा है आज

193

बदले अर्थ
शब्दों ने आज जब
भाषा ने भाषा

194

सोपान हेतु
'लिफ्ट' बनी रीत है
पंगु हो गए

195

किसे कहेगी
वादी व्यथा अपनी
विधवा बनी

196

मुखौटों से तो
रूप ढका जा सके
आत्मा क्या करे!

197

उजला पृष्ठ
अर्थवान बनता
रोशनाई से

198

घुट रही हो
भावनाएँ जब तो
व्यथित शब्द

199

जलती बाती
बिन तेल फैलाये
केवल तम

200

अनेक मोड़
भावनाएँ लाँघ के
फिर भी वही

201

प्राप्त करके
किराये का जीवन
चुकाते ऋण

202

मिलेगा मुझे
आतंक कब तक
विरासत में

203

शादी का जोड़ा
रस्मों की वेदी पर
राख हो गया

204

चौराहे पे हूँ
किंकर्तव्यविमूढ़
चक्षु बंद है!

205

भाग रहे हो
मुट्ठी बंद करके
हाथ हिलाओ

206

व्यर्थ दौड़ के
होड़ में सब है क्यों?
लक्ष्य एक ही

207

संकल्प संग
जीवन बदलता
किसी किसी का

208

सत्ता का मद
अहंकार दे जाता
आनंद कहाँ

209

अहिंसा आज
हिंसा के पंजों में है
आओ छुड़ाये!

210

जीवन तो है
किराये की मशीन
बुनता कर्म

211

कर्मों का धागा
बुनता जीवन है
ढकता मृत्यु

212

सत्ता वैभव
सिर चढ़ के बोले
बिन पाँव के

213

नर घिसता
नाग लिपटे हुए
चंदन भाग्य

214

जन्मी संतान
शिक्षा प्रणली से है
बेरोज़गारी

215

महक भिन्न
वन उपवन की
मिट्‌टी एक है

216

एक ठोकर
बूँदों से भरा कुम्भ
बिखरा गई

217

गरज़ते हैं
भिड़ते मेघ जब
काँपती धरा

218

कवि की वाणी
सत्य की शरण में
सुरक्षा माँगें

219

सींची नीर से
विस्थापन की पीड़ा
फल बेबसी

220

केंचुल छोड़े
नवीन रूप हेतु
महानगर

221

मुक्त करेंगे
'डल' को कचरे से
फैकेंगे कहाँ?

222

'गया' पीपल
आज के 'सिद्धार्थ' को
पुकार रहा

223

आज भी वही
माँ बाप व श्रवण
मूल्य क्यों नहीं!

224

ग्रामीण पक्षी
महानगर आये
भूले उड़ान

225

अपनापन
अपनों के हाथों ही
मसला गया

226

कुनमुनाया
डरा बिन्दु सा आज
स्वदेश प्रेम!

227

स्वदेश हित
विदेश विचारता
नपुंसकता

228

स्वराज्य में है
विदेशी सभ्यता का
आज़ादी पर्व

229

दधीचि त्याग
क्रन्दन कर रहा
तिजोरियों में

230

हाशिए पर
ज़मीर की ज़ंज़ीर
लटकी हुई

231

रोशनी तो है
सातरंगों का मेल
अतः धवल

232

आँख मिचौली
खेलती भावनाएँ
मन के साथ

233

बहता रहे
जीवन पानी सम
लक्ष्य भी बहे

234

ताप से हिम
पिघल कर बही
मन में जमी

235

इन्द्र धनुष
रंगों में उलझाए
भ्रमित हुए

236

हवा रुख पे
महक है निर्भर
लोकतन्त्र में

237

आँसू सूखते
अपने बेगाने हो
आह भी घुटे

238

पहुँचाती है
चढ़ाई शिखर पे
ढलान खाई

239

साँसे दूभर
घुटन से हो जाती
जीना दुष्कर

240

तुम्हारा नाम
कोरे पृष्ठ पे लिखा
नीर से धुला

241

निर्मल नीर
सिल पर चढ़ाया
बिखर गया

242

मैके की बेटी
ससुराल की बहु
बहता जल

243

सहरा हो तो
सूर्य भी देता छाले
चाँदनी छल

244

बाढ़ तो बाढ़
ढह जाता सर्वस्व
बूँद ही भली

245

रिक्त गागर
प्यास तो न बुझाये
बजे अवश्य

246

नीड़ बनता
जुड़े तिनको से ही
बिखरे चुभे

247

वृक्ष सहता
पतझड़ में शीत
मौसम ने दी

248

बुना स्वयं ही
अपना है कुकून
किसकी भूल

249

सिंदूरी उषा
घूँघट में छिपाए
शिशु प्रातः है

250

प्रेम सुधा को
तलाश रहे सब
बिन प्यास के

251

ठिकरी करे
कुम्हार को घायल
आज की रीत

252

संसद बना
अनीति का अखाड़ा
मत हमारा

253

आतंक.चीर
धरा को ढक गया
रोको हे 'कृष्ण'

*

254

बिखरे अंश
अर्थहीन हो जाते
देते चुभन

255

सुलगते हैं
दहकते अंगारे
बुझे क्या जलें

256

बगीचा सूखा
वीराना बन गया
पनपे शूल

257

बन्द नयन
सपने सजाते हैं
जीवन नहीं

258

नयन जब
सपनों को सजाएँ
चैन चुरायें

259

राह नेता की
सुगम बन गई
पुल बना के

260

आहत आज
'बापू' के बन्दर हैं
भय से चुप

261

भावनाओं को
दफनाऊँ किधर
है दलदल

262

मिट्टी में माना
रंग नमी भिन्न है
पंक पंक सी

263

पुष्प की गंध
सूख के भी न मिटी
हवा ले उड़ी

264

बिन जल के
यायावर बादल
आकाश पर

265

पुकार रहीं
भटकी मानवता
मदद हेतु

266

रात हुई तो
जले यादों के दीये
बुझे नीर से

267

बादल नापे
नभ धरा की दूरी
मिटा न सके

268

बूँद का त्याग
बनी वर्षा की लड़ी
धरा से मिली

269

पराई लगे
अपने ही होठों पे
मुस्कान आज

270

चाँदनी कैद
हो गई है तम में
अमावस्या है

271

उथली नदी
लाँघ सकते सब
गहरी नहीं

272

देख सकते
चित्र ही तो खुशी का
बना न अभी

273

पत्ते झड़े तो
पक्षी भी उड़ गए
तन्हा पीपल

274

साथ निभाती
मात्र कर्मों की पूंजी
जोड़ते चलें

275

वसंत संग
रंग, पुष्प, महक
भाग्य अपना

276

कलियाँ खिली
बगिया इतराई
खिले थे टेसु

277

रस्सी की गाँठ
सहता बूढा वृक्ष
बना है झूला

278

सूखे खेतों से
मिट्टी भी उड़ गई
हवा के संग

279

प्यासी धरा तो
नभ ताकती रही
मौसम बीता

274

साथ निभाती
मात्र कर्मों की पूंजी
जोड़ते चलें

275

वसंत संग
रंग, पुष्प, महक
भाग्य अपना

276

कलियाँ खिली
बगिया इतराई
खिले थे टेसु

277

रस्सी की गाँठ
सहता बूढा वृक्ष
बना है झूला

278

सूखे खेतों से
मिट्टी भी उड़ गई
हवा के संग

279

प्यासी धरा तो
नभ ताकती रही
मौसम बीता

280

आग फैलती
धुआँ ऊपर उठे
तपती धरा

281

पर्वत सहे
हिम घुटन, ताप
प्रपात बने

282

नमी सोख ली
धरा की आकाश ने
बरसा फिर

283

उलझे आज
निपुण हाथों से ही
सुलझे धागे

284

प्रभु एक है
हर कोई मानता
जान भी लेता!

285

सब घूमते
प्रेम नगर में हैं
बसते नहीं

286

खरीदी पीर
सजे बाज़ार से क्यों?
हाय रे मन!

287

डूब तो गई
छिद्रों भरी नौका थी
हम भी डूबे

288

सूखा सावन
नहला न सका तो
दहला गया

289

दूषित हुआ
सागर सरिता का
स्वच्छ जल क्यों?

290

पर्व भी अब
दौड़े पैसों की ओर
क्या मनायेगे!

291

डाल दो वोट
समेटें हम नोट
मत तुम्हारा!

292

झूठ व सत्य
नदी के दो छोर थे
सेतु से मिले

293

लोहे का द्वार
लाँघ न सकी भूख
'हट' में घुसी!

294

उल्टे पाँव ही
सावन चला गया
जाने क्या हुआ!

295

खो गई मेरी
स्वप्न कतरन भी
आँख जो खुली

296

दे तो न सकी
छीन गई सपने
बेरोज़गारी

297

धूमिल आशा
तय करे सफर
बिन डगर

298

बीत गया है
नव वर्ष ढूँढते
हर वर्ष ही!

299

ओस कण भी
मोती सम चमके
उजास जो हो

300

गीत हूँ भूला
कैसे गुनगुनाऊँ
याद है याद

301

मिटा न सके
समय के थपेड़े
राह को कभी

302

किस के अश्रु
चाँदनी में भी बहे
ओस बनके

303

डूबेंगे जब
विचारों की बाढ़ में
यात्रा आरम्भ

304

तन के वस्त्र
मन ढक गए हैं
रो रही लाज

305

वृक्ष का धैर्य
अंधड़ रोक सके
दीमक नहीं

306

भ्रष्टाचार में
श्रम का परिणाम
गुमनामी है

307

ऊँचे महल
महानगर के हैं
धूप को रोके

308

उगे पलाश
केसर की क्यारी में
हवा उदास

309

शिशु व्यथित
पलने में आज है
ममता हेतु

310

लक्ष्मी के घर
चिन्तन कैद आज
चेतना चुप

311

आत्मा गिरवी
आनंद की तलाश
बुझे न प्यास

312

नभ विस्तृत
गहरा है सागर
धरा विशाल

313

सौतेलापन
अपने ही घर में
हिन्दी क्यों सहे?

314

कार्यालयों में
भय चर रहा है
विश्वास खेती

315

मंत्री पी रहे
बहसों की प्याली में
देश का भाग्य

316

मानव जब
आत्मीयता से बचे
तो नेता बने

317

सेकते मंत्री
बेरोज़गोरी – आग
हो मुट्ठी गर्म

318

बन गई है
बेरोज़गारी 'फैक्ट्री'
शिक्षा प्रणाली

319

अपना घर
विवादों से क्यों भरा
किसकी रज़ा!

320

चोट खा कर
दिन गुज़र गया
रात दर्द में

321

भ्रष्टाचार का
उत्तर कहाँ ढूँढे
प्रश्न ही व्यर्थ!

322

हिमालय से
टकराई जो हवा
ठंडी हो गई

323

जग खरीदा
आत्मा के मोल पर
फिर भी रिक्त?

324

युधिष्ठर ने
आत्मा दाव लगाई
द्रोपदी-हेतु

325

शारदा पुत्र
शिखर पर बैठा
सहता शीत

326

क्रय-विक्रय
दलदल का हुआ
संसद बना

327

देश प्रेम में
जो डूबा पार हुआ
क्यों भयभीत !

328

हम रूप है
हम राज क्यों नहीं!
मैं और तुम

329

संवेदना से
जन्म लेती कविता
समाज पिता

330

दो भिन्न भाव
हर्ष और विशाद
मन तो एक

331

नेता के हाथों
पाप दूषित हुआ
न्याय माँगता

332

निश्चिंत हुए
वृहन्नला बन के
इस दौर में

333

विष अमृत
सागर में छिपा है
समय साक्षी!

334

मिट कर ही
बीज वृक्ष बना है
नहीं तो दाना

335

पितृ-पक्ष में
कौव्वे अब न आते
हंस हैं बने

336

कंकर गिरा
यादों के पोखर में
काई थी जमी

337

मातृ भूमि की
त्रिवेणी में नहाके
पवित्र हुए

338

इसकी इच्छा
किस ओर जाएगा
है वनराज

339

दीपक जला
तम हुआ रोशन
भटके फिर

340

कीटाणु आज
आँतों में पल रहे
तन को खाये

341

सुन सकते
टूटने की आवाज़
शोर हो बंद!

342

अन्तस में तो
प्राची का उजास है
पट ही बंद!

343

ताज़ा खबरें
आज का समाचार
महक बासी

344

सहरा बनी
कचरा भरने से
खुद्दार नदी

345

सब घूमते
दर्दे दिल को लेके
खोटा सिक्का है!

346

स्वार्थ हेतु ही
कसते हो लगाम
अड़ा घोड़ा तो....

347

तुम्हारा हुस्न
मेरे इश्क से हारा
हाय बेचारा!

348

जीवन तो था
अमानत प्रभु की
सौगात बनी

349

सूखा कानन
विरासत में देंगे
उगेंगे शूल

350

झूठ न भाये
सत्य से परहेज
बीमार हम

351

भेड़ को घास
भेड़िये डाल रहे
लोकतन्त्र है

352

विज्ञापन ने
संतोष की रेखाएँ
धूमिल की हैं

353

ढूँढने चले
चैन कहाँ मिलेगा
बिना पता के

354

बिखरे अंश
अर्थहीन हो जाते
भाव खो जाते

355

रंक की पीर
पिस कर अधीर
ताकती नभ

356

चाँद हेतु भी
रुक सके न सूर्य
विवश दोनों

357

यज्ञ रचाते
मानवता के लिए
मंत्र ही भूले

358

भटक रही
तृप्ति की तलाश में
भूख है आज

359

बहा ले गई
स्वार्थ की बाढ़ कहाँ!
अपनापन

360

धूप ही भली
टुकड़ों में छाँव से
भ्रम तो मिटे!

361

धूल जमी है
आप्त वचनों पर
क्राँति झाड़ेगी

362

विश्व में फैली
प्रदूषित हवा से
आधि व व्याधि

363

मार्ग जीवन
चलना तो लक्ष्य है
जीना कहाँ है!

364

जननी हेतु
रोपे स्वार्थ के शूल
अपने पूत

365

खरीदकर
बेचकर भी स्वार्थ
हाय उदास

366

चूहों के बिल
साँपों के घर बने
पर्वत भोगे

367

अपने हाथ
चुनते रहे शूल
किसकी भूल!

368

टूटे शीशे में
एक के कई रूप
भ्रमित करें

369

मेरे अंश से
स्वरूप तुम्हारा है
मुझे ही भूले

370

दीये की लौ तो
तम से भिड़ सके
जल कर ही

371

उग्रवाद का
डेरा अब वन है
शहर चले

372

हवा के संग
गुब्बारे सी उड़ती
प्रीत आज क्यों!

373

पत्थर में भी
अंकुर फूट सके
ऋतु दे साथ

374

फैली जाती है
वायु के संग ही तो
गंध–सुगंध

375

साथ न देता
तारों भरा नभ भी
अमावस्या हो

376

आतंक आज
किससे किस को है
निर्णय-क्षण

377

सूखा सुमन
पृष्ठों में दब कर
घुटता रहा

378

रेगिस्तान को
शबनम की बूँदें
हरा क्या करे !

379

तेज़ वर्षा से
किनारे ढह गए
निराश आशा

380

प्रश्न बने है
उत्तर भी जग के
प्रश्न पत्र हूँ!

381

हिम में अब
घुटन भर गई
सूर्य चमके!

382

लोहे ने सहा
सोना आग से मिला
फिर भी सोना !

383

पैसे की बोली
हर कोई समझे
बोले न सब

384

लोहा तपता
निखरता सोना है
आग क्या करे !

385

नए साल की
प्रतीक्षा खींच लाई
जीवन डोर

386

बही थी नदी
स्वयं राह बना के
सूख क्यों गई!

387

वितस्ता सूखी
जेहलम बन के
प्यासे रहे !

388

सत्ता व प्रजा
दर दर भटके
दोनों भूखे है

389

राम के छल
रावण के चाह से
सीता विकल

390

कंधों पे लेके
ढो रहे कर्मचारी
'बॉस' की कुर्सी

391

सुन सकेंगे
व्यथा 'व्यथ' की कैसे
बहरे हम

392

वितस्ता पर
पुल बन गया है
दोनों तटों से

393

वितस्ता में है
कचरा भर दिया
लाँघने हेतु

394

डूबेगें पुल
वितस्ता पर बने
हिम पिघले

395

सदियों से है
बह रही वितस्ता
दो तटों मध्य

396

वेश भूषा से
रूप बदल जाता
स्वरूप कहाँ!

397

पढ़ तो पाये
राष्ट्रभाषा योजना
अंग्रेज़ी सीखें!

398

सत्ता फैलाये
आश्वासनों का जाल
प्रजा शिकार

399

रेगिस्तान में
चाँदनी की आभा से
राही उलझा

400

कैसी हवा है
शोले भड़का दिये
दीये बुझाये

401

स्वार्थ से ही तो
महफिल सजती
निस्वार्थी तन्हा

402

श्वेत बालों में
मेहन्दीं रंग लाई
काले कुम्लाये

403

जिस बूँद को
मिटा गया ताप है
बनता मोती !

404

जीवन.डोर
नववर्ष के कर
समेटते है

405

वर्षा की तेजी
किनारे ढह डाले
पानी की होड़

406

सोये क्यों अब
ओढ़े स्वार्थ-चादर
सवेरा हुआ

407

समय नहीं
संवेदना हेतु भी
व्यापारी जग

408

जीवन कैद
प्रश्नों की पोटली में
खुले न गाँठ

409

सूनी आँखों से
सपने बह गए
प्रतीक्षा जन्मी

410

सुरक्षित है
बिन लिपि के ही तो
मौन की भाषा

411

होड़ लगी है
दु:ख-सुख में आज
आहत दोनों

412

आशा न लेती
रुकने का नाम ही
निराशा थमी

413

अणु से ग्रस्त
बीमार है रोशनी
कैसा सूरज

414

जले जो आग
जड़ हो जाए राख
फैले प्रकाश

415

'मैं' या 'हम'
चुनाव आवश्यक
साँसे सीमित

416

जड़-चेतन
खिलौनों से खेलता
विज्ञान आज

417

विष का प्याला
समय पीकर है
फुंकार रहा

418

बाँट न सके
मेरे गम को तुम
'मैं' न खुशी को

419

ज्वालामुखी से
धरा से फूटा लावा
पत्थर बना!

420

बाँझ की प्रथा
नपुंसकता ने दी
भविष्य रोया

421

हाय रे मन
संवेदना पुकारे
निर्वासित हूँ!

422

नमन-पात्र
सूर्योदय बनता।
श्रम धरा का!

423

साँझा है दर्द
तुम्हारा-मेरा फिर
जुदा क्यों हम !

424

श्रम रचता
वादों से लटकता
जीवन-चित्र

425

मूक मशीन
जीवन बना गई
जड़ वस्तुएँ

426

मेरी वंचना
वंचित कर गई
प्रभु-कृपा से

427

खींचने से तो
टूट जाती डोर है
हाथ भी दूर

428

कुचल गया
उदात्त दृष्टिकोण
छल-भीड़ में

429

कराह रही
निष्कपट भावना
नींव बनी है।

ऊँची-पतंग
नभ को छूने वाली
स्वार्थ ने काटी

431

संवेदना है
अंधकूप में कैद
घुन से त्रस्त

432

श्रद्धा-भावना
आज अंक बन के
उछल रहे।

433

वस्तुपरक
व्यवहार जन्म दे
जड़ प्रकृति

434

दिव्य बीज को
गणित प्रकृति ने
शूल बनाया

435

मूल्य–गिराये
गणित को उभारे
शिक्षा–प्रणाली

436

छाये कोहरा
धुंधला दिखाई दे
रास्ता भी ढके

437

दृष्टि चुराई
बिन आवरण है
मृत्यु प्रत्यक्ष

438

धरा में नमी
आँसु न ला सके तो
क्या जग बाँझ !

439

घायल हुए
आशा के पंख जब
धूल में मिले

440

सिकुड़ गई
शब्दों की परिभाषा
बदली लिपि

441

डाल दो शस्त्र
कब कोई जीतता!
बिम्ब से युद्ध

442

पोटली थामे
कुंवारी आशाओं की
भटका मन

443

सूर्य-उदय
फैलाता उजास है
मिटता तम

444

अमूल्य मोती
मन के गर्भ में है
चाह प्रसव

445

वसीयत में
वेदना–धरोहर
ममता पाये

446

शोले सुलगे
राख का ढेर हुए
हवा ले उड़ी

447

आग फैलती
धुआँ ऊँचाई मापे
क्यों बनी रीत!

448

'सेल' ही 'सेल'
वेदना की लगी है
बाज़ार गर्म

449

नम हो जाए
नीर से भरा कुम्भ
रिसता रहे

450

भवन बने
श्रमिक के श्रम से
झोपड़ी टूटी

451

बिना सीता के
राम गृहस्थी बना
रामराज्य है।

452

शादी का रिश्ता
बिन आत्मीयता के
भीषण रोग

453

मोल लेते है
आधि–व्याधि धाम को
होड़–होड़ में

454

गणित नहीं

जीवन तो कला है

तूलिका हाथ

455

जीवन–खेल

कब तक खेलेंगे

मिट्टी के साथ

456

शाँति के गीत

आओ मिलके रचें

कल गूँजेगें

457

सूखी धरा है
आकाश धुंध-भरा
कैसा मौसम

458

शरीर पट
तार-तार हो रहा
'मैं' नाच रहा

459

तम-राज्य में
त्रस्त साये से हम
हवा कंपाती

460

प्रेम-बंधन
प्रतीक्षा की गाँठ में
बंध ही गया

461

वेदना तो हैं
सुलगाती जिन्दगी
राख जीवन

462

कुसंस्कारों ने
शासन सम्भाला है
मत हमारा

463

प्रेरणा स्रोत
सूख रहे आज है
भिड़ते मेघ

464

चरमराये
फटा जूता पाँव में
आहत करे

465

जमी है काई
ठहरे पानी पर
प्यासा जग है

466

हरे चश्मे से
हरियाली दिखती
प्रकाश नहीं

467

हिम व बर्फ
ठिठुर रही वादी
जला दो वन

468

तपता चूल्हा
भूख नहीं मिटाता
आँच देता है।

469

हिम वादी का

आग ने पिघलाया

बह रहे है!

470

मेघ गरजे

प्यासा सावन रोये

मोरों ने नाचा

471

द्रोपदी-चीर

बन के भ्रष्टाचार

ढके आत्मा को

472

आस मचली

कल्पना–उड़ान से

मन मुस्काया

473

भीतर तम

बाहर रोशनी है

दीवाली हुई

474

भूख व प्यास

दोषों की जननी है

पिता समय

475

राह अपनी
शाखाओं ने बदली
कटा तना जो

476

मन दिखाता
स्वप्न आँखों को जब
शाँति रूठती

477

नन्हें दो हाथ
कब तक तैरेगें
बिन सहारे

478

घूंघट उठा
मानवता चिल्लाई
राजनीति थी

479

कोहरा छाया
सड़क ढक गई
दृष्टि धूमिल

480

चाँदनी रात
तारे जगमगाए
सूर्य ओट में

481

खौलने पर
उड़ जाता भाप है
पात्र तपता

482

बादल हटे
देख सकते तब
नग-शिखर

483

पानी की होड़
किनारे ढह डाले
दूषित जल

484

नई सदी में
जनसंख्या चिल्लाई
कैसे लूँ साँस

485

राह कंटीली
दामन में पत्थर
कैसा पर्वत!

486

मन व बुद्धि
पिटारों की होड़ में
आत्मा बाँचती

487

माँगता रहा
आज कल से ब्योरा
तत्व साल का

488

स्वार्थ कैंची से
कतरनों का ढेर
रिश्ते बने है।

489

आँसू का मोल
लगाना व्यर्थ आज
बाज़ार नहीं

490

समेटते है।

नव वर्ष के हाथ

जीवन-डोर

491

हवा का रुख

लहरों को दिशा दे

सागर चुप

492

रंक व धनी

देश के करीब है

पास न दोनों

493

कन्या का जन्म
जीवन व मरण
एक हादसा

494

बाहर धुआँ
भीतर प्रदूषण
साँसे दूभर

495

हर दिशा में
किरचें बिखरी है
टूटा समाज

496

वृक्ष का धैर्य
दीमक चाट जाए
खोखला करे

497

रिश्तों का मूल्य
इतना बंट गया
शून्य हो गया

498

सुरक्षा ध्वज
पंक से लथपथ
सागर चुप

499

दौड़ते यान
पहचान पा गए
चिन्ह खो गए

500

शाँति स्थल के
संतोष द्वार खोले
ईमानदारी

501

वर्षा का जल
भर देता पोखर
न कि सागर

502

मौसम तो है
दलों को मुरझाता
वृक्ष को वक्त

503

उपचार है
आत्मिक रोगों का तो
मानवता ही

504

विद्यालयों में
वातायन बन्द है
खुले है द्वार

505

बाँस ने जब
भीतर किया खाली
बनी बाँसुरी

506

बाहर आँधी
भीतर तूफान है
दीये उदास

507

हर सदी में
अवतार तो आये
तर न पाये!

508

गुलाब खिला
शूलों में रह कर
प्रभु मेहर

509

स्वाति-नक्षत्र
बूँद बनाये मोंती
क्षण अमोल

510

तेज गति से
पहिये घिसते भी
टूटते भी है

511

तड़प उठा
अपने ही शूल से
मेरा गुलाब

512

वृक्ष सहता
प्रहार पे प्रहार
तो नीड़ बने

513

सूख ही गया
नीर सहरा में था
तप के जला

514

चाहने वाले
पुष्प तोड़ के चले
शूल छोड़ के

515

बीती न रैन
दिवस के स्वप्न में
मूँदे नयन

516

चाँद दुल्हा है
चाँदी की झालर से
झाँकता निशा

517

काली रात में
जल गए दीये तो
दीवाली हुई

518

ग्रास बनी क्यों
दानव-दहेज की
रिश्तों की शक्ति

519

रोशनी तो है
फिर भी तम क्यों!
खिड़की खोलो

520

एक दिवस
गाँधी जयन्ती का है
शेष हमारे

521

परीक्षा वक्त
संदर्भ भी न मिला
टटोले ग्रन्थ

522

धरा से नमी
सोख के बना मेघ
चढ़ा आकाश

523

डोर के रेशे

सीलन से टूटते

खुलती गाँठ

524

राह सुगम

भीतरी सफर की

कला से होती

525

मेरी आवाज़

प्रतिध्वनित हो के

शरमाई क्यों !

526

शिव का पथ

शिवमय बना दे

चढ़े शिखर

527

चंदन को भी

जलना पड़ता है

महक हेतु

528

युग सृजन

युवक तेरा मोल

दाम बढ़ाओ !

529

परछाई में

आत्मा कहां होती है

जीना ही व्यर्थ

530

रेशमी वस्त्र

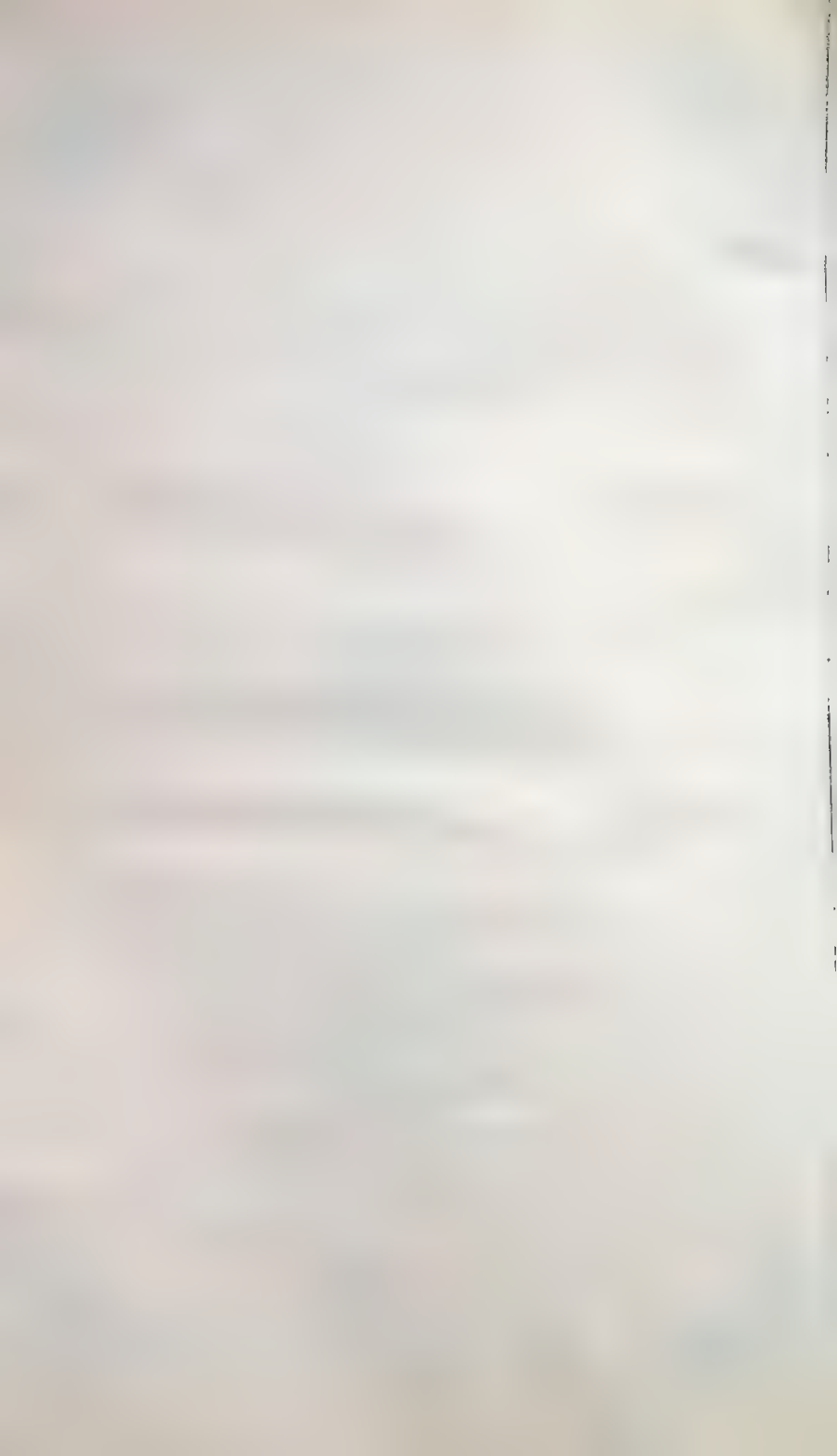
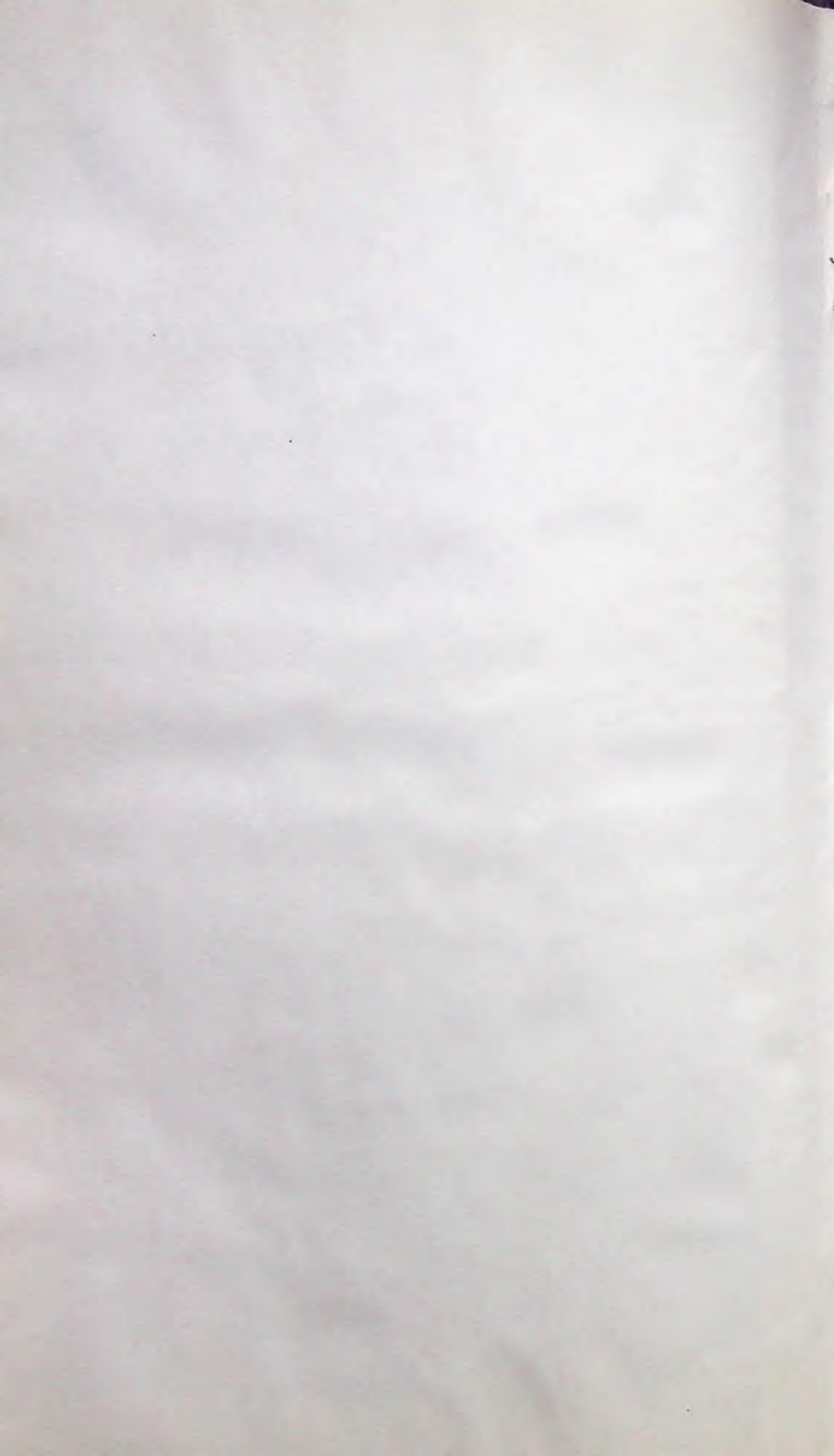
रेशमी देह पर

फिसल रहे !

531

बंजर हो के

हिसाब माँगे धरा

उगा के शूल

## डॉ० निर्मल ऐमा

जन्म स्थान : श्रीनगर (जम्मू - कश्मीर)

परिवार :-

श्रीमती दुलारी ऐमा (माताश्री)
श्री बृजनाथ ऐमा (पिताश्री)
श्री प्यारे लाल मानवती (पतिश्री)
आशुतोष मानवती (सुपुत्र)
अंशुमाली (सुपुत्री)

व्यवसाय : अध्यापिका

शिक्षा :

एम० ए० (हिन्दी) कश्मीर विश्वविद्यालय
एम० एड़ हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय
समर - हिल (शिमला)
पत्रकारिता : भारतीय विद्या - भवन, मुम्बई
पी० एच० डी पंजाब विश्वविद्यालय, चंदीगढ़

शोधकार्य :-

1. A study of Mental Health Among Teachers in Relation to Teacher Effectiveness. (1995-96)
2. News Paper Reading Habits of Teenagers in Relation to Academic Achievement in English. (1997)
3. A Studying of School Climate and its Relationship with Creativity, Personality and Academic Achievement of Adolescents. (2002)